



Socialstyrelsen

Guide til medarbejdere og ledere i de sociale tilbud

Recovery-orienteret
rehabilitering i praksis
i socialpsykiatrien

Viden til gavn

Publikationen er udgivet af
Socialstyrelsen
Edisonsvej 1
5000 Odense C
Tlf: 72 42 37 00
E-mail: info@socialstyrelsen.dk
www.socialstyrelsen.dk

Udarbejdet af Socialstyrelsen

Layout: Berit Kirk, Horisont Grafisk
Tryk: Typographic
Udgivet januar 2023

Der kan frit citeres fra udgivelsen med angivelse af kilde.

ISBN: 978-87-94371-50-6

Der gøres opmærksom på, at der er foretaget mindre rettelser i denne elektroniske version sammenholdt med udgivelsens trykte version. Rettelserne har ingen indholdsmæssig betydning.

Indhold

Introduktion.....	4
Hvad er recovery-orienteret rehabilitering.....	4
Formålet med guiden.....	7
Lederens særlige opgave.....	8
Sådan kommer du i gang.....	10
Opbygning af guiden.....	10
Supplement til guiden.....	10
Otte principper for recovery-orienteret rehabilitering.....	11
Princip 1. Tag udgangspunkt i borgernes håb, ønsker og drømme.....	11
Princip 2. Fokusér på borgernes ressourcer.....	15
Princip 3. Inddrag borgernes netværk og de almene fællesskaber.....	19
Princip 4. Mød borgerne med åbenhed, tillid og respekt.....	23
Princip 5. Hjælp borgerne så tidligt som muligt.....	27
Princip 6. Arbejd koordineret med borgernes samlede livssituation.....	31
Princip 7. Følg op, så indsatsen altid er den rette.....	35
Princip 8. Brug viden og metoder, der virker.....	39

Introduktion

Denne guide er skrevet til dig, der er medarbejder eller leder i socialpsykiatrien, og som yder socialpædagogisk støtte til mennesker med psykiske vanskeligheder. Det kan eksempelvis være som bostøtte i borgernes hjem, som støtteperson i et gruppeforløb, i et åbent uvisiteret tilbud eller i et bo- eller dagtilbud. Guiden kan også anvendes som inspiration af dig, der arbejder på det øvrige voksenområde, eksempelvis med borgere med et handicap eller med sociale problemer.

Som medarbejder i et socialt tilbud har du en særlig opgave i at hjælpe borgerne til at leve et så meningsfuldt og selvstændigt liv som muligt og til om muligt at komme sig. I guiden finder du viden, inspiration og vejledning til, hvordan du kan arbejde med afsæt i en recovery-orienteret rehabiliterende tilgang.

Guiden henvender sig også til dig, der er leder af et socialt tilbud til mennesker med psykiske vanskeligheder. Du har en vigtig rolle i at sikre, at medarbejderne har de rigtige forudsætninger for at kunne arbejde recovery-orienteret rehabiliterende, samt at borgerne er godt klædt på til at kunne indgå i et samarbejde med dette afsæt.

Kort om konceptet

Denne guide er en del af det samlede koncept for udvikling og omlægning af socialpsykiatrien mod recovery-orienteret rehabilitering. Konceptet indeholder guides til alle dem, der sætter rammer og retning for, arbejder i eller modtager indsatser i socialpsykiatrien.

De øvrige guides henvender sig derfor til henholdsvis den strategiske ledelse i kommunen, til sagsbehandlere på myndighedsområdet, til socialpsykiatriens samarbejdspartnere og til de borgere, der modtager en indsats i socialpsykiatrien.

De forskellige guides hænger tæt sammen som en del af et samlet koncept for udvikling og omlægning mod en recovery-orienteret rehabiliterende praksis. Du kan finde det samlede koncept på Socialstyrelsens hjemmeside:

<https://socialstyrelsen.dk/recovery-orienteret-rehabilitering>

Baggrund for konceptet

Konceptet er udviklet i perioden 2019-2022 i et partnerskab mellem Socialstyrelsen og Randers, Rudersdal, Roskilde og Herning Kommuner og med konsulentbistand fra PwC. Konceptets principper er udviklet med afsæt i forskning, viden om virksomme metoder samt konkrete erfaringer fra kommunerne, der gennem 18 måneder har afprøvet principperne. Konceptet er blevet kvalificeret af borgere med brugererfaringer fra de fire kommuner, der har bidraget aktivt i udviklingsarbejdet. 14 referencekommuner har suppleret udviklingsarbejdet med perspektiver fra den kommunale praksis, ligesom der er givet input fra en bred kreds af repræsentanter fra interesse-, bruger- og faglige organisationer.

Hvad er recovery-orienteret rehabilitering

Recovery-orienteret rehabilitering er en faglig tilgang, der har fokus på at hjælpe borgerne til at komme sig og leve et så meningsfuldt og selvstændigt liv som muligt. I denne guide tages der udgangspunkt i otte principper for recovery-orienteret rehabilitering. De otte principper hænger sammen og beskriver tilsammen en praksis, hvor borgernes håb, ønsker og drømme er omdrejningspunktet. De otte principper er formuleret med afsæt i forskningen i virksomme recovery-tilgange¹. Der er fokus på et tæt, ligeværdigt, vidensbaseret og koordineret samarbejde med borgerne om at komme sig.

Recovery, rehabilitering og recovery-orienteret rehabilitering

Recovery-orienteret rehabilitering trækker på to begreber - recovery og rehabilitering.

Recovery betyder *at komme sig*. Centralt heri står borgernes håb, ønsker, drømme og ressourcer samt deltagelse i de almene fællesskaber. Forskningen peger på fem virksomme elementer for recovery, som har fået betegnelsen CHIME²: Connectedness/Samhørighed, Hope/Håb, Identity/Identitet, Meaning/Mening og Empowerment/Handlekraft. Recovery repræsenterer således borgernes perspektiv på det gode liv, og hvad der skal til for at komme sig.

Rehabilitering er den professionelles perspektiv på, hvad der er den rette indsats, når målet er at understøtte recovery og et meningsfuldt liv med bedst mulig aktivitet, deltagelse, mestring og livskvalitet. Rehabiliteringsindsatser er målrettede, sammenhængende, koordinerede og vidensbaserede med udgangspunkt i borgernes perspektiver og hele livssituation³.

Recovery-orienteret rehabilitering handler derfor om den professionelle samarbejde med borgerne om at støtte dem i at realisere håb, ønsker og drømme for fremtiden, skabe mening i tilværelsen og forme det liv, de selv ønsker.

Målgruppen i socialpsykiatrien er meget bred. Recovery-orienteret rehabilitering har imidlertid fokus på, at indsatsen tilpasses den enkelte borgers aktuelle situation. Alle borgere, der har behov for støtte fra socialpsykiatrien, kan derfor have gavn af en recovery-orienteret rehabiliterende indsats. Det gælder uanset omfanget af de psykiske vanskeligheder og uanset, om du møder borgere i en kort og tidsbegrænset indsats, eller borgere som har modtaget støtte i socialpsykiatrien i mange år. Principperne kan på samme måde anvendes uanset, om du samarbejder med borgere i få eller mange timer hver uge, og uanset om støtten gives individuelt eller gruppebaseret.

Principper for recovery-orienteret rehabilitering

1	<i>Tag udgangspunkt i borgernes håb, ønsker og drømme</i> Det skaber motivation og meningsfuldhed for borgerne
2	<i>Fokusér på borgernes ressourcer</i> Det styrker borgernes oplevelse af empowerment og kontrol
3	<i>Inddrag borgernes netværk og de almene fællesskaber</i> Det styrker borgernes mulighed for at føle sig forbundet til andre og bringer dem tættere på fællesskaber uden for den sociale indsats
4	<i>Mød borgerne med åbenhed, tillid og respekt</i> Det styrker et godt samarbejde
5	<i>Hjælp borgerne så tidligt som muligt</i> Det øger muligheden for at indsatsen virker
6	<i>Arbejd koordineret med borgernes samlede livssituation</i> Det gør indsatsen mere målrettet og meningsfuld for borgerne
7	<i>Følg op, så indsatsen altid er den rette</i> Det sikrer den rette indsats, også når borgernes situation ændrer sig
8	<i>Brug viden og metoder, der virker</i> Så borgerne hjælpes mest effektivt til at komme sig

Der er stor forskel på landets kommuner i forhold til størrelse, organisering og arbejdsgange, og i forhold til hvor langt man er i arbejdet med recovery-orienteret rehabilitering. Derfor er det vigtigt at understrege, at de otte principper er overordnede og generelle, og skal oversættes, så de passer ind i den virkelighed, herunder de rammer og muligheder, der kendetegner netop din kommune.

Mennesker med psykiske vanskeligheder kan komme sig

Vi ved fra forskning, at mange mennesker med psykiske vanskeligheder kan komme sig med den rette hjælp⁴. Vi ved også, at recovery-orienteret rehabilitering virker.

Alle borgere med psykiske vanskeligheder kan have gavn af en recovery-orienteret rehabiliterende indsats, hvor det er deres håb, ønsker og drømme for fremtiden, der sætter retning for den hjælp, de får. Det handler om, at flere hjælpes til at få det liv, de selv drømmer om og til at komme sig.

Formålet med guiden

Formålet med guiden er at give medarbejdere og ledere i de sociale tilbud inspiration til, hvordan de kan udvikle kvaliteten i tilbuddene gennem recovery-orienteret rehabilitering. Det kræver en vedholdende indsats i hele tilbuddet at udvikle og omlægge praksis med udgangspunkt i de otte principper. Guiden hjælper processen på vej med en nærmere præsentation af de enkelte principper. Efter hvert princip bliver der stillet et par refleksionsspørgsmål, som kan understøtte den lokale forankring, og som du kan bruge til at tage hul på de faglige drøftelser med dine kolleger og din ledelse, og med de borgere du samarbejder med. Bagerst i guiden finder du desuden udvalgte metoder og redskaber, som kan understøtte en recovery-orienteret rehabiliterende tilgang.



Lederens særlige opgave

Som leder har du en særligt vigtig opgave i at sikre de nødvendige rammer for, at dine medarbejdere kan arbejde ud fra principperne. Du skal også sikre fokus på, at borgerne er klædt på til at indgå i et recovery-orienteret samarbejde med dine medarbejdere. Det stiller nye krav til både borgere og medarbejdere at indgå i et recovery-orienteret rehabiliterende samarbejde. Derfor skal der være fokus på at klæde alle på til at samarbejde med afsæt i en recovery-orienteret praksis samt at lære af hinanden og løbende udvikle praksis sammen med udgangspunkt i dette afsæt.

En recovery-orienteret rehabiliterende tilgang forudsætter ledelsens faglige fokus, prioritering og organisering af arbejdet. Følgende er eksempler på, hvordan du kan understøtte den recovery-orienteret rehabiliterende tilgang i tilbuddene:

1. Vær tydelig og vedholdende i din ledelse

- ✓ **Du går forrest og formidler i ord og handling**, hvordan du ønsker, at hvert af de otte principper konkret skal se ud i indsatsen. Du kan fx, sammen med dine medarbejdere og gerne med bidrag fra borgere, formulere faglige retningslinjer og udviklingspunkter for det socialpædagogiske arbejde, som understøtter en recovery-orienteret rehabiliterende tilgang. I kan beskrive tydelige og forpligtende retningslinjer for samarbejdet med borgerne i beslutningsprocesser og aktiviteter i tilbuddet, hvilke rammer der skal være til stede for at sikre et godt samarbejde, og hvordan der arbejdes med at støtte borgerne i at deltage i sociale fællesskaber.
- ✓ **Du prioriterer, at der afsættes tid** til, at medarbejderne kan arbejde ud fra de otte principper i dagligdagen. Du kan fx nedsætte en implementeringsgruppe, hvor du selv indgår sammen med nogle af dine medarbejdere og gerne også nogle af borgerne, som er ansvarlig for at omsætte principperne til praksis. Det kan kræve ekstra tid at anvende en recovery-orienteret rehabiliterende tilgang – særligt i starten.

- ✓ **Du skaber rum for løbende faglig sparring og refleksion** i medarbejdergruppen. Det kan fx være et fast punkt på jeres teammøder eller uddannelsesdage, at I taler om, hvordan I arbejder med tilgangen, hvornår det er svært, og hvad der skal til for, at det bliver bedre. Også her kan det være relevant at invitere borgerne. I kan blandt andet drøfte, hvad I kan gøre for at styrke borgernes muligheder og forudsætninger for at indgå i samarbejdet.

2. Styrk medarbejdernes kompetencer og faglighed

- ✓ **Du arbejder strategisk med kompetenceudvikling**, så medarbejderne har tilstrækkelig viden om recovery-orienteret rehabilitering og den forskel, det kan gøre for borgerne. Du kan udarbejde en plan for kompetenceudvikling. I planen beskriver du sammen med medarbejderne, hvilke kompetencer der er brug for i forhold til området strategi og mål, hvilke kompetencer der er til stede i teamet nu, og hvordan I sikrer overensstemmelse mellem de to. Det kan også være relevant, at borgerne indgår direkte i undervisningen.
- ✓ **Du tænker peers ind** i det socialpædagogiske arbejde for at få borgerperspektivet tydeligt frem i tilbuddet. "Peer" betyder støtte fra mennesker med lignende erfaringer. Peers kan fungere som undervisere, være medudviklere af den socialpædagogiske praksis eller samarbejde med borgerne om at sætte ord på deres håb, ønsker og drømme for fremtiden. Som faglig leder har du en vigtig opgave i at sikre en god organisering af de peers, som du og dine medarbejdere samarbejder med.

✓ **Du sikrer, at I har den nyeste viden** og at I bruger virksomme metoder. Det kan være, at en eller flere medarbejdere skal have en særlig rolle i at afsøge og opdatere jer alle på viden og metoder på bestemte områder, og at ny viden indgår som et fast punkt på teammøder eller uddannelsesdage. Du har også opmærksomhed på, at den nye viden og de metoder, I har besluttet at bruge, rent faktisk bliver brugt, og er afsæt for løbende dialog og sparring mellem medarbejderne.

✓ **Du beslutter, hvilke metoder og redskaber der anvendes** i tilbuddet, og du er åben og tydelig over for både medarbejdere, samarbejdspartnere og borgere om, hvorfor du har valgt, som du har. Du udvælger viden og metoder, der understøtter principperne for recovery-orienteret rehabilitering. Du kan fx sikre åbenhed om valg af metoder ved at sikre, at alle beskrivelser af jeres praksis er tilgængelige, eller at du altid stiller dig til rådighed i forhold til at fortælle om og indgå i dialog om, hvad det betyder.

3. Understøt et tæt samarbejde på tværs af områder og fagligheder

✓ **Du skaber rammer og strukturer for et tæt samarbejde** på tværs af afdelinger, områder og sektorer. Du kan sikre, at der er klare aftaler om opgaver, roller og ansvar, når borgerne modtager hjælp flere steder fra. Du kan fx indgå en samarbejdsaftale med frivilligcenteret. Du kan også arbejde med metoder og tilgange til samarbejde såsom relationel koordinering og relationel kapacitet med fælles undervisning, der både er tilgængelig for medarbejdere, borgere, pårørende og lokalsamfundet. Dette er ofte praksis på recovery-skoler.

✓ **Du udvikler fleksible indsatser og samarbejdsformer**, så hjælpen til borgerne kan tilbydes fleksibelt i forhold til borgernes aktuelle behov, både i forhold til formen på den hjælp de får, hvem der giver den, og hvornår den gives. Du skal sikre dig, at den medarbejder, som varetager hjælpen, tror på, at borgerne kan komme sig. Er dette ikke tilfældet, bør der findes et bedre match til at understøtte borgernes recovery.

✓ **Du understøtter, at medarbejderne samarbejder tværfagligt**, så borgerne bliver mødt af medarbejdere med de kompetencer og den faglighed, som borgerne har brug for, og så den hjælp de får, er koordineret og samlet giver mening for dem.

Find yderligere inspiration og gode råd om faglig ledelse af en recovery-orienteret rehabiliterende indsats i pjecen Faglig ledelse af en recovery-orienteret rehabiliterende indsats – 7 retningsgivende principper for faglig ledelse i socialpsykiatrien⁵. Guiden kan hentes på Socialstyrelsens hjemmeside: <https://socialstyrelsen.dk/recovery-orienteret-rehabilitering>



Sådan kommer du i gang

En omlægning og udvikling til recovery-orienteret rehabilitering kalder på en indsats fra både medarbejderne, lederne og borgerne. Det er vigtigt, at du som leder sammen med medarbejderne får lagt en plan for, hvordan principperne skal omsættes til praksis hos jer. I kan her med fordel være opmærksomme på, hvordan I:

- ✓ **organiserer:** Nedsæt fx en implementeringsgruppe med særligt ansvar for arbejdet med principperne. Husk, at borgerne skal være repræsenteret.
- ✓ **prioriterer:** Del fx arbejdet op i bidder, så I starter med at udvikle den del af jeres praksis der er vigtigst for jer.
- ✓ **systematiserer:** Lav fx en aktivitetsplan der beskriver, hvordan I vil arbejde med omlægningen og hvem der gør hvad og hvornår.
- ✓ **evaluerer:** Beskriv hvordan jeres praksis ser ud, når I er i mål og følg løbende op på fx teammøder.

Opbygning af guiden

Guiden er bygget op om de otte principper for recovery-orienteret rehabilitering, som skal afspejle sig i hele den faglige praksis og være den grundlæggende tilgang til samarbejdet med borgerne. Principperne har betydning i alle faser af samarbejdet med borgerne. For at gøre guiden anvendelig i hverdagen er de enkelte principper derfor beskrevet i forhold til alle dele af samarbejdet mellem dig og borgerne, både i opstarten, i det løbende samarbejde samt ved opfølgning og en eventuel afslutning af indsatsen.

Guiden giver også konkrete eksempler på, hvordan du som medarbejder i et socialt tilbud kan anvende principperne i samarbejdet med borgerne, ligesom guiden beskriver nogle af de dilemmaer og barrierer, du kan møde og giver inspiration til, hvordan du kan håndtere dem. Under hvert princip er der desuden to til tre spørgsmål, som kan hjælpe dig og dine kolleger i gang med at reflektere over jeres praksis.

Supplement til guiden

Denne guide giver en grundig introduktion til recovery-orienteret rehabilitering. Hvis du vil læse mere om, hvordan man kan arbejde recovery-orienteret rehabiliterende som medarbejder og leder i socialpsykiatrien, kan du finde yderligere inspiration i Socialstyrelsens udgivelser *Faglige pejlemærker for kvalitet i bostøtten*⁶ og *Anbefalinger til god kvalitet på botilbud*⁷.

De to udgivelser giver konkrete anbefalinger til og eksempler på recovery-orienteret rehabiliterende praksis inden for en række temaer, som er centrale i samarbejdet mellem borger og medarbejder, herunder bolig, sundhed, uddannelse og beskæftigelse. I begge udgivelser findes også redskaber til, hvordan du og dine kolleger kan undersøge og vurdere jeres praksis på botilbud og i bostøtten. Redskaberne kan både bruges af borgere og medarbejdere.

Du finder udgivelserne på Socialstyrelsens hjemmeside: <https://socialstyrelsen.dk/recovery-orienteret-rehabilitering>

Otte principper for recovery-orienteret rehabilitering

1

Princip 1. Tag udgangspunkt i borgernes håb, ønsker og drømme

Hvad indeholder princippet

Borgernes håb, ønsker og drømme for fremtiden skal være udgangspunktet for indsatsen, når de skal hjælpes til at komme sig.

Du har som medarbejder i et socialt tilbud en vigtig opgave i at sikre, at det altid er borgernes håb, ønsker og drømme, der er udgangspunktet for jeres samarbejde. Du skal være nysgerrig på, hvilke ønsker borgerne har til deres liv, samtidig med at du er ambitiøs på deres vegne. Du skal samarbejde med borgerne med troen på, at de med den rette støtte kan opnå store, vedvarende og positive forandringer i deres liv.

Hvorfor skal du arbejde med princippet

Når borgerne gives mulighed for at tage ansvar for deres eget liv, og er med til at beslutte, hvilken fremtid der sigtes mod, og hvad målet med indsatsen er, vil det øge oplevelsen af kontrol over eget liv. Det vil også betyde, at de ting, der sættes i gang, vil give mere mening for borgerne og vil passe bedre til deres håb, ønsker, drømme og behov. Dermed øges også muligheden for, at målene indfries. Det er kun den enkelte borger selv, der ved, hvordan en god hverdag ser ud. Men for mange vil det handle om at have noget at stå op til, gøre noget der gør en glad samt at opleve, at man er betydningsfuld for andre og hører til i de fællesskaber, der betyder noget for én.

Hvordan kan du arbejde med princippet

Borgernes håb, ønsker og drømme skal være omdrejningspunktet i alle dele af samarbejdet mellem jer, både i opstarten, i det løbende samarbejde samt ved opfølgning og eventuel afslutning af indsatsen.

Sådan kan du arbejde med princippet:

- ✓ **Bliv fortrolig med borgerens håb, ønsker og drømme** dels ved at læse borgerens handleplan samt bestillingen fra myndighed og dels ved at spørge ind til og lytte til borgerens egen fortælling om sine håb, ønsker og drømme for fremtiden. Husk helt fra starten af samarbejdet at snakke om, hvor borgeren ser sig selv i fremtiden, og hvad han eller hun ønsker sig af livet. Snak også om, hvordan I sammen kan bringe borgeren tættere på det liv, som borgeren ønsker sig.
- ✓ **Skab en tryk ramme** for, at borgeren kan være med til at udarbejde indsatsplanen ved at motivere arbejdet med planen og tydeliggøre, hvad formålet med planen er. Sørg for, at I har tid til en god snak, og at I mødes i nogle rammer, som borgeren føler sig tryk i. Det er din opgave som medarbejder at øge borgerens muligheder for at træffe oplyste valg. Del din viden, drøft borgerens handleplan og sørg for, at borgeren har adgang til relevante dokumenter, samt kender sine muligheder.
- ✓ **Støt borgeren i løbende at formulere og reformulere delmål** ved at tage udgangspunkt i borgerens handleplan og herudfra drøfte borgerens håb, ønsker og drømme. Understøt borgeren i at formulere meningsfulde delmål i planen. Meningsfulde delmål er formuleret med borgerens egne ord, de opleves relevante for borgeren, og de tager udgangspunkt i borgerens situation og ønsker. Tal også med borgeren om, at overvejelserne om målene skal bidrage til at gøre borgeren klogere på, hvad der gør en meningsfuld forskel i hverdagen, og at det derfor ikke kun handler om at lykkes.
- ✓ **Tag dig tid til at lære borgeren at kende**, så du kan tilpasse din hjælp til borgerens behov. Det gælder både i forhold til borgerens håb, ønsker og drømme for fremtiden, borgerens ønsker og forventninger til samarbejdet samt borgerens behov for hjælp.

Det er vigtigt, at du lytter til borgerens ønsker og behov, så du kan tilrettelægge hjælpen, aktiviteter og samarbejdet derefter. Det er borgeren, der træffer beslutninger om eget liv. Du kan tilbyde din faglige viden, som kan understøtte borgeren i at nå sine mål. Hjælpen er den rigtige, når den er mindst muligt indgribende, samtidig med at borgeren oplever, at den er hjælpsom i forhold til at nå egne mål.

- ✓ **Vær ambitiøs på borgerens vegne** og samarbejd med borgeren ud fra en stærk tro på, at borgeren kan opnå store, varige og positive forandringer i sit liv men undlad at definere, hvad der bør forandres. Borgeren kan være præget af tvivl, usikkerhed og manglende håb og tro på sig selv. Du har en vigtig opgave i at bære håbet for borgeren, når borgeren ikke har håb for sig selv fx ved at hjælpe borgeren med at huske på de ting, der motiverer borgeren. Hvis borgeren eksempelvis giver udtryk for, at han eller hun føler sig ensom, så tilbyd borgeren hjælp til at finde et arbejde, en fritidsinteresse eller et fællesskab, og giv borgeren den nødvendige støtte til, at borgeren har mod på at prøve det af.
- ✓ **Bemærk de små og store succeser i hverdagen**, så det bliver tydeligt, at borgeren udvikler sig, tager mere styring i eget liv, og kommer nærmere det liv, som borgeren drømmer om. Ved at anerkende borgerens succeser, bidrager du til at skabe håb og et mere positivt selvbillede, hvor fokus ikke alene er på de psykiske vanskeligheder. Du kan tydeliggøre succeserne ved regelmæssigt at opfordre borgeren til at fortælle om det, der er lykkedes.

Overvej jeres praksis

- › Er borgernes håb, ønsker og drømme for fremtiden tydeligt retningsgivende for din faglige praksis, og hvordan kommer det konkret til udtryk i samarbejdet?
- › Fremgår borgernes håb, ønsker og drømme tydeligt i de indsatsplaner, du laver, og hvordan?

Dilemmaer og barrierer

I det følgende beskrives nogle af de dilemmaer og barrierer, som du kan møde, når du arbejder med princippet. Derudover gives inspiration til, hvordan du kan arbejde med de forskellige situationer.

Borgerens drøm virker svær at opnå, når du tager højde for borgerens ressourcer

- ✓ Tro på borgeren og på, at borgeren kan opnå sin drøm, selvom du også ser begrænsninger. Husk på, at det er tilladt for borgeren at fejle, og at borgeren gerne må tage chancer. Vær opmærksom på, at du ikke kommer til at holde borgeren tilbage fra at følge sine drømme i et forsøg på at skærme borgeren fra eventuelle nederlag.
- ✓ Tal med borgeren om, hvad borgeren mener, det vil kræve af støtte at opnå sin drøm. Snakken kan give et billede af, hvad der skal til dels fra borgeren selv, men også fra borgerens netværk og fra andre.
- ✓ Vær undersøgende på, hvilke muligheder der er for hjælp til borgeren, både fra kommunen, fra peers eller fra borgerens netværk. Det kan fx være hjælp til at tage kontakt til en uddannelsesinstitutionen for at høre, hvilke støttemuligheder der findes til borgeren, som ønsker at påbegynde en uddannelse.
- ✓ Tilbyd borgeren at facilitere en dialog med fagpersoner, fx en uddannelsesvejleder hvis borgeren ønsker at starte på en uddannelse, som kan uddybe, hvilke forventninger der er, og hvad der stilles af krav for at tage den pågældende uddannelse.

Borgerens ønsker kan indebære en risiko for borgerens trivsel og sundhed, fx ophør med behandling

- ✓ Tilbyd din faglige viden i en samtale med borgeren om fordele, ulemper og risici ved borgerens ønske, så borgeren kan tage et oplyst valg.
- ✓ Tilbyd borgeren en snak med centrale videnspersoner – fx en behandler, som kan tale med borgeren om muligheder og risici i forhold til ophør af behandling samt muligheder for at arbejde i retning af det, borgeren gerne vil.

Borgeren har ønsker, som ikke kan imødekommes, fx at samarbejde med en bestemt støtteperson, støtte uden for visiterede tidspunkter eller tilbud, der ikke falder inden for kommunens muligheder

- ✓ Vær først og fremmest nysgerrig på, hvad der ligger til grund for borgerens ønske.
- ✓ Undersøg sammen med borgeren, om der findes løsninger, som kan imødekomme borgerens ønske. Hvis det handler om, at borgeren ikke oplever, at dialogen med den nuværende støtteperson er god, kan det være en mulighed at skifte til en anden.



Om at genfinde drømme for et bedre liv

” Jeg blev mødt af min bostøtte med en tro på, at jeg også kunne få et godt liv. Mig og min daværende bostøtte gik tit en tur rundt om den lokale sø, mens vi snakkede. Hun spurgte mig helt i starten om, hvad jeg gerne ville med mit liv. Jeg havde det sådan på det tidspunkt, at jeg nok lidt havde mistet troen på, at jeg kunne få et godt liv. Så jeg sagde, at det vidste jeg ikke lige. Og det accepterede hun egentlig. Men hun blev også ved med at vende tilbage til det. Og hver gang hun hørte, at jeg sagde et eller andet om, hvad jeg godt kunne tænke mig, så sagde hun: ”Se, du har håb og drømme”. Og det viste sig jo faktisk, at hun havde ret. Jeg drømte om at få et arbejde at stå op til om morgenen. Og jeg ville egentlig også gerne genoptage kontakten til min bror. I starten kunne jeg ikke se det, men det har betydet meget for mig, at hun blev ved med at spørge mig om, hvad der ville være et godt liv for mig. Det var med til, at jeg begyndte at tænke, at der måske også var en fremtid for mig.”

2

Princip 2. Fokusér på borgernes ressourcer

Hvad indeholder princippet

I samarbejdet vil der ofte være fokus på borgernes udfordringer, da det er dem, der danner grundlag for, at der kan bevilges støtte. Det er imidlertid vigtigt også at have fokus på borgernes ressourcer og at fastholde borgerne i, at de psykiske vanskeligheder kun er ét enkelt aspekt af deres samlede liv.

Samtidig er det vigtigt at være opmærksom på, at ressourcer ikke er noget, som borgerne enten har eller ikke har. Det kan svinge meget over tid, på samme måde som også følgerne af de psykiske vanskeligheder kan svinge over tid. Samtidigt skal ressourcer forstås bredt, og kan være alt fra det, som borgerne er gode til, motiverede for, har gode erfaringer med eller har interesse for, ligesom det kan både kan omfatte mennesker i borgernes familie, netværk eller i lokalsamfundet.

Det er en del af din opgave at støtte borgerne at finde frem til deres ressourcer. Du har en vigtig opgave ved at anerkende, når der er tale om ressourcer, men det er altid borgerne, der afgør, hvad der er en ressource for dem. Du har også en opgave i at støtte borgerne i både at udvikle deres ressourcer, og i at fastholde ressourcerne når udfordringerne fylder. Samtidig har du naturligvis også en opgave med at dokumentere udviklingen i borgernes udfordringer og behov i opfølgningen til sagsbehandleren, fordi de har betydning for, om borgerne er i målgruppen for servicelovens ydelser og indsatser.

Hvorfor skal du arbejde med princippet

Det følger af værdierne bag den recovery-orienteret rehabiliterende tilgang, at ethvert menneske har ressourcer og derfor altid skal mødes med det udgangspunkt⁹. Alle mennesker har brug for at opleve, at de bidrager til samfundet og er værdifulde for andre mennesker og for de fællesskaber, som de er en del af.

Ved at fokusere på borgernes ressourcer styrkes deres oplevelse af kontrol og tro på at kunne mestre eget liv og udvikle sig positivt. Et fokus på borgernes ressourcer påvirker deres selvopfattelse positivt. Som medarbejder spiller du en meget vigtig rolle her, fordi din tro på, at borgerne kan lykkes, er af afgørende betydning for deres egen tro på, at de kan lykkes, og dermed for deres mulighed for recovery¹⁰.

Hvordan kan du arbejde med princippet

Det er vigtigt at fokusere på borgernes ressourcer i alle faser i samarbejdet mellem dig og borgerne – i opstarten, i det løbende samarbejde samt ved opfølgning og en eventuel afslutning af indsatsen.

Sådan kan du arbejde med princippet:

- ✓ **Synliggør og anerkend de ressourcer, borgeren har.** Borgeren kan have brug for hjælp til at se sine ressourcer. Du kan synliggøre borgerens ressourcer ved eksempelvis at spørge til, hvad borgeren er god til og interesserer sig for. Du kan også fremhæve, hvordan borgeren har håndteret større og mindre udfordringer i sit liv.
- ✓ **Støt borgeren i at fastholde eksisterende ressourcer og i at finde frem til nye.** Borgeren skal finde sin egen måde at tackle livet på, og borgeren vil have gjort sig mange vigtige erfaringer. Du kan støtte borgeren i at finde frem til nye ressourcer og mestringsstrategier ved at spørge ind til, hvilke udfordringer borgeren oplever, og hvilke løsninger borgeren tænker, kan være de rigtige. Du kan også fortælle om dine egne erfaringer med lignende udfordringer som inspiration.
- ✓ **Anerkend, at borgeren kan have svært ved at se sine ressourcer i svære perioder.** Ved at give plads til at borgeren i perioder kan have det svært og have vanskeligt ved at fokusere på ressourcer, kan du undgå, at fokuset på ressourcer bliver utroværdigt. Vær også opmærksom på, at du særligt i disse perioder har en vigtig opgave i at se borgerens ressourcer, når borgeren ikke selv kan.
- ✓ **Støt borgeren i at se og finde ressourcer i sit netværk og i de almene fællesskaber.** Hjælp borgeren med at få øje på de mennesker i borgerens netværk og i de almene fællesskaber, som kan være en støtte. Det kan være familie, naboer eller venner. Det kan også være en peer, borgerens arbejdsgiver, en studievejleder eller mennesker i frivillige, sociale foreninger. Spørg borgeren, hvilke mennesker og fællesskaber borgeren ønsker at inddrage (mere) i sit liv. Læg sammen med borgeren en plan for, hvordan det kan ske.
- ✓ **Tilrettelæg støtten med udgangspunkt i borgerens ressourcer.** Overvej, hvordan borgerens ressourcer kan sættes i spil og foreslå aktiviteter, hvor borgeren kan blive opmærksom på sine styrker. Tag udgangspunkt i det, borgeren er god til eller interesserer sig for.
- ✓ **Synliggør for borgeren hver gang det lykkes at fastholde eller udvikle nye ressourcer.** Du kan synliggøre en udvikling i borgerens ressourcer både i det løbende samarbejde med borgeren og i opfølgningen. Det kan være, at borgeren har fået nye interesser, nye relationer eller opdager nye ting, som borgeren er god til. Hjælp også borgeren til at se, hvordan borgeren også har værdi og kan være en ressource for andre mennesker.

Overvej jeres praksis

- › Er borgernes ressourcer tydelige i de indsatsplaner, du laver?
- › Hvordan taler du med borgerne om deres ressourcer?
- › Hvornår og hvordan får du bragt borgernes ressourcer i spil i samarbejdet?

Dilemmaer og barrierer

Borgeren har en svær periode og har ikke energi til at tage initiativ

- ✓ Udforsk sammen med borgeren, i hvilke situationer borgeren har det godt med at tage initiativ, og hvornår borgeren har brug for, at du er mere opsøgende. Hav fokus på, hvordan der kan skabes flere af de situationer, hvor borgeren har det godt med at tage initiativ.
- ✓ Anerkend, at borgeren går igennem en svær periode, og giv plads til, at det i denne situation er okay ikke at tage initiativ.
- ✓ Tal med borgeren om, hvorvidt borgeren deltager i tilbud, som ikke opleves relevante og meningsfulde. Hjælp eventuelt borgeren med at prioritere mellem de indsatser og aktiviteter, der er sat i gang.

Borgeren oplever ikke selv at have ressourcer, når du spørger ind til og forsøger at finde frem til eksisterende ressourcer

- ✓ Hjælp borgeren med at fokusere på de små ressourcer, som små succeser i hverdagen eller gode relationer. Inddrag personer rundt om borgeren til at sætte ord på borgerens ressourcer – det kan være pårørende, venner eller bofæller.
- ✓ Tal med borgeren om, hvorvidt krav og forventninger overstiger borgerens overskud. Tal også om, hvad I kan gøre for, at krav og forventninger bedre passer til borgerens overskud.
- ✓ Tal med borgeren om, hvad der giver energi, og hvad der tager energi. Sammen kan I arbejde med at få mere af det ind, som giver energi.



” Det gav mig rigtig meget, at der var nogen, der kunne se nogle ressourcer hos mig

Jeg er ikke kun blevet set som en borger. Jeg er faktisk også blevet set en ressourceperson, der kunne hjælpe til med nogle ting, da jeg boede på botilbuddet. I starten turde jeg ikke sige noget og jeg 'puttede mig', men langsomt kom jeg i gang; så lavede vi lidt kaffe, så hjalp jeg med aftensmaden, og så kom vi i gang med projekt ressourcebanken. Tanken med det var at dele ressourcer på tværs, men vi begyndte ret hurtigt at fokusere på sociale arrangementer. En af mine første bostøtter, der kørte gruppeforløb, inviterede mig til at holde oplæg om det her med at skulle genfinde eller finde en ny identitet. Jeg gjorde det også i en periode, hvor jeg faktisk ikke havde super meget overskud eller havde det super godt. Men det gav mig rigtig meget, at der var nogen, der kunne se nogle ressourcer hos mig. I dag bor jeg i egen lejlighed og arbejder som recovery-mentor.”

3

Princip 3. Inddrag borgernes netværk og de almene fællesskaber

Hvad indeholder princippet

For mange mennesker handler deres håb, ønsker og drømme om at fastholde eller genetablere relationen til venner og familie samt om at være en aktiv del af samfundets almene fællesskaber, for eksempel i den lokale idrætsforening, i boligforeningen, på en arbejdsplads eller en uddannelsesinstitution. Fællesskaber og sociale relationer, der bygges op som en del af en kommunal indsats, kan være vigtige og gode for borgerne, men de er sjældent selvvalgte eller varige.

Derfor skal du allerede ved det første møde med borgerne have blik for, hvilke fællesskaber uden for de sociale tilbud de ønsker at være en del af, hvilke muligheder der er i lokalsamfundet, og hvad der skal til af støtte, for at de kan deltage i de almene sociale fællesskaber. På samme måde skal du også have blik for borgernes netværk. Netværket kan være alt fra familie og venner til en kollega eller den lokale præst. Dit fokus på almene fællesskaber og netværk skal fastholdes gennem hele dit samarbejde med borgerne.

Hvorfor skal du arbejde med princippet

Borgernes relationer til familie og venner samt i de almene fællesskaber uden for de sociale tilbud spiller en væsentlig rolle i deres recovery, og kan have stor betydning for, at de kan leve et selvstændigt liv helt uden eller med begrænset støtte. Familie, venner og almene fællesskaber er en vigtig del af borgernes hverdagsliv, både mens de modtager indsatser i socialpsykiatrien og efter, for de borgere hvor indsatserne afsluttes. Den kommunale støtte kan i mange tilfælde med fordel ses som et supplement til de almene fællesskaber, og ikke omvendt, og som en vigtig brobygger og træningsbane i forhold til at vende tilbage til et så almindeligt liv som muligt.

Sociale relationer og deltagelse i fællesskaber har betydning for alle menneskers trivsel og oplevelse af et godt liv¹¹. Familie og venner kan være en vigtig ressource, idet deres støtte og omsorg kan være betydningsfuld for borgernes mulighed for at komme sig¹².

Hvordan kan du arbejde med princippet

Fokus på borgernes netværk og deltagelse i de almene fællesskaber skal tænkes ind i alle dele af samarbejdet mellem dig og borgerne, både i opstarten, i det løbende samarbejde samt ved opfølgning og en eventuel afslutning af indsatsen.

Sådan kan du arbejde med princippet:

- ✓ **Opsøg viden om og indgå i dialog med de almene fællesskaber** ved at tage kontakt til de personer, der har viden om fællesskaberne. På den måde får du både viden og mulighed for at blive opdateret løbende.
- ✓ **Etabler samarbejder med foreninger og tilbud i lokalsamfundet.** Du kan fx foreslå, at I taler om, hvordan foreningerne kan klædes på til at tage imod borgerne. Du kan også tænke i samarbejder med boligorganisationer, som ofte kan have et godt blik for, hvilke fællesskaber og aktiviteter der findes i området.
- ✓ **Del viden om fællesskaber og aktiviteter i lokalsamfundet med borgeren** og gerne tidligt i forløbet, så det fra starten bliver en integreret del af det samlede forløb. Vær også opmærksom på potentialet i fællesskabet med kollegerne på en arbejdsplads. Her kan det være relevant at samarbejde med jobcenteret om at søge om særlig støtte til borgeren i form af hjælp til at varetage et arbejde.
- ✓ **Vær nysgerrig på, hvilke fællesskaber og netværk borgeren er en del af i forvejen.** Det kan være mange forskellige typer af fællesskaber, som borgeren allerede er en del af. Det kan fx være gåklubber, beboerforeninger, med kolleger, naboer eller venner.
- ✓ **Støt borgerens deltagelse i de almene fællesskaber** ved eksempelvis at tilbyde borgeren følgeskab de første gange, så borgeren føler sig tryk. Det kan også være peers eller pårørende, der kan tilbyde følgeskab i starten. Anerkend, at borgeren kan have brug for flere forsøg til at finde ind i et nyt fællesskab, som borgeren ønsker at være en del af. Du kan også tale med borgeren om, at det er naturligt at have brug for tid til at finde sig til rette og blive tryk i et nyt fællesskab.
- ✓ **Støt borgeren i at lave aftaler med pårørende og med dig om, hvem der gør hvad.** Det kan fx drøftes på netværksmøder. Etabler et godt samarbejde med de pårørende og støt dem i at kunne blive ved med at være en ressource for borgeren. På den måde kan støtten tilrettelægges, så den er mest muligt hjælpsom for borgeren, ligesom de pårørende kan opleve aflastning ved at dele ansvaret med fagprofessionelle, så der i stedet er overskud til at være mor, bror eller datter.

Overvej jeres praksis

- › Fremgår borgernes netværk tydeligt i de indsatsplaner, du laver?
- › Hvilke almene fællesskaber findes i lokalsamfundet, som du ville kunne henvise borgerne til?
- › Hvordan kan du styrke borgernes deltagelse i de almene fællesskaber, og hvordan kan du styrke inddragelsen af borgernes netværk?

Dilemmaer og barrierer

Borgeren oplever ikke at kunne være en del af de fællesskaber, borgeren ønsker at deltage i

- ✓ Tal med borgeren om, hvilke fællesskaber borgeren ønsker at være en del af. Du kan også tale med borgeren om de værdier og den kultur et fællesskab skal have for, at borgeren har lyst til at være en del af det.
- ✓ Udforsk sammen med borgeren, hvad der står i vejen for borgerens deltagelse. Måske det ligger for langt væk, eller det kan være, at borgeren ikke føler sig velkommen.
- ✓ Undersøg sammen med borgeren, hvad borgeren har brug for af støtte for at kunne deltage.
- ✓ Undersøg muligheden for følgeskab, åbent hus-arrangementer eller andet, der kan gøre det nemmere at opsøge et nyt fællesskab.

Borgeren har ikke økonomi til at deltage i de aktiviteter, borgeren ønsker at deltage i

- ✓ Afsøg alternative aktiviteter, der imødekommer borgerens ønske, men som er billigere eller gratis.
- ✓ Afsøg muligheder for at kunne hjælpe borgeren eller for at søge om støtte til at dække udgifterne ved borgerens deltagelse, både i forhold til kontingent og eventuelt udstyr.

Du er i tvivl om, hvorvidt et lokalt fællesskab er klar til at tage godt imod borgeren

- ✓ Opsøg tilbuddet og spørg, om de har en plan for, hvordan de tager imod nye medlemmer. Det kan fx være et eksisterende medlem, som kan stå klar til at tage godt imod borgeren de første par gange, og som kan hjælpe borgeren godt i gang.

- ✓ Tal med borgeren og tilbuddet om, hvordan borgeren får den bedste oplevelse i foreningen eller fællesskabet. Hav fokus på, hvad borgeren selv kan gøre, og hvor borgeren har brug for hjælp fra andre. Du kan fx støtte borgeren ved, at du, en frivillig eller en peermedarbejder ledsager borgeren de første par gange, eller ved at I kommer forbi og hilser på i starten.
- ✓ Aftal et møde mellem borgeren og en kontaktperson fra foreningen, hvor de mødes og taler om borgerens ønsker, og hvad foreningen kan tilbyde. Husk altid at have borgeren med i dialogen med foreningen, og aftal med borgeren hvad I skal fortælle om borgeren.





” Hvis det bliver for meget, så tag en vand fra køleskabet og ring til os

Da mor døde fik jeg hjælp, så jeg ikke begyndte at drikke igen. Ellers havde jeg drukket mig i hegnet, da hun døde. Jeg havde meget lyst til at drikke, men så sagde AA-gruppen: "Hvordan tror du, at din mor ville have det med, hvis du drak igen? Hvis det bliver for meget, så tag en vand fra køleskabet og ring til os i AA, så kommer vi og snakker med dig". Jeg brugte tilbuddet en enkelt gang, og det var rigtig rart, bare den halve time vi fik snakket, der fik jeg øllene på afstand igen.

Jeg har mine strategier med at gå en tur og drikke vand, gå i gang med at gøre rent, aflede mine tanker, og sørge for at komme til AA-møder. Jeg startede på AA, da jeg havde været ædru i nogle måneder. Jeg er til AA-møder en gang om ugen, og jeg har været med til at starte en AA-kvindegruppe op, sammen med to andre. Jeg har også en god veninde. Hun er flyttet, så nu kan hun ikke bare smutte forbi mig, men vi skriver sammen. Hvis jeg har noget nyt, der sker i mit liv, så skriver jeg det til hende. Hun kan også sætte sig ind i menneskers situation, og jeg kan spørge hende om hendes vurdering. ”

4

Princip 4. Mød borgerne med åbenhed, tillid og respekt

Hvad indeholder princippet

Samarbejdet mellem borgerne og medarbejderne i et socialt tilbud skal kendetegnes ved åbenhed, tillid og respekt. Borgerne kan bidrage med værdifuld viden og erfaringer fra deres eget liv samt med egne håb, ønsker og drømme for fremtiden. Du kan bidrage med viden om faglige metoder og redskaber, samt med dine kompetencer til at skabe et åbent og tillidsfuldt samarbejde, som kan bruges til at understøtte borgerne i at komme sig og få et meningsfuldt liv. Det vil sige, at borgerne er erfaringseksperter, mens du er fagekspert¹³. Samarbejdet mellem dig og borgerne er dermed centralt for, at de kan få den hjælp, de har behov for til at komme sig og leve et selvstændigt og meningsfuldt liv¹⁴.

Du har som medarbejder ansvaret for at sikre den gode relation. Det er din opgave at etablere et samarbejde, der baserer sig på, at borgernes og din viden er lige vigtig. Samtidig er det væsentligt at huske på, at det er borgernes oplevelse eller fortælling, der er udgangspunktet for samarbejdet. Det er vigtigt, at I begge har tillid til hinandens intentioner og evner for, at samarbejdet kan lykkes. Det er også vigtigt, at I løbende får afstemt jeres forventninger til hinanden i samarbejdet.

Hvorfor skal du arbejde med princippet

Din vigtigste opgave er at møde borgerne på en måde, der skaber tillid mellem jer. En ligeværdig relation baseret på tillid er afgørende for, at borgerne kan være trygge i samarbejdet. Det er vigtigt, at medarbejderen tror på borgernes potentiale og mulighed for at komme sig, da det har stor betydning for deres muligheder for recovery. Derfor er det også afgørende, at medarbejderen er lydhør og anerkendende over for borgerne.

Anerkendelse er et menneskeligt behov, og alle har brug for at blive accepteret og set som det menneske man er, med eller uden psykiske vanskeligheder. Når en borger oplever sig mødt som en person med værdifuld viden, der tages alvorligt i forhold til beslutninger om indsatsen, og oplever sig set og hjulpet, kan indsatsen defineres som recovery-understøttende rehabilitering^{15,16}.

Hvordan kan du arbejde med princippet

Borgerne skal i alle faser af samarbejdet mødes med åbenhed, tillid og respekt – både i opstarten, i det løbende samarbejde samt ved opfølgning og en eventuel afslutning af indsatsen. Særligt i opstarten af samarbejdet ligger der en stor og vigtig opgave i at få etableret en god relation. Det kan tage tid at lære borgerne at kende, og de kan have brug for tid til at lære dig at kende.

Sådan kan du arbejde med princippet:

- ✓ **Vær nysgerrig på, hvad der skal til for at skabe en tryk og god relation til borgeren.** Du kan fx fortælle om dig selv og spørge nysgerrigt ind til borgeren. Trykhed kan også skabes gennem en tydelig forventningsafstemning fx om, hvilken hjælp du kan tilbyde, hvad borgeren kan forvente af dig, hvad du forventer af borgeren, hvem der deltager i møder m.v.
- ✓ **Tag udgangspunkt i borgerens erfaringer og perspektiver** i måden støtten gives på, så den bedst muligt imødekommer borgerens ønsker og behov. Det kan handle om, hvornår støtten gives, hvor og hvor ofte du møder borgeren, samt hvordan borgerens ressourcer bedst bringes i spil.
- ✓ **Inviter borgeren ind i et reflekterende rum**, hvor der tales om borgerens fremskridt eller fravær af samme og spørg til borgerens tanker. Det er din opgave at skabe en ramme, der understøtter, at borgeren får mulighed for at give dig feedback på jeres samarbejde og på den hjælp, som borgeren får. Vær bevidst om, at det kan være utrygt og svært for borgeren at give negativ feedback.
- ✓ **Inddrag peers** i opgaverne og i samarbejdet med borgeren, hvis der er mulighed for peersamarbejde i kommunen. For borgeren kan det være trygt at tale med en, der har egne levede erfaringer med psykiske vanskeligheder. En peer kan være med til at skabe mening og håb midt i det, der kan være utrygt og svært.
- ✓ **Skab rum for løbende drøftelser** med dine kolleger om, hvordan I etablerer og vedligeholder et ligeværdigt, tillidsfuldt og trygt samarbejde med borgeren. Det kan gøres gennem fælles supervision. Det er vigtigt, at faglige uenigheder om fx taksten eller visitationen bliver i det faglige rum uden inddragelse af borgeren.
- ✓ **Afklar med din leder, hvad du skal gøre, hvis du oplever udfordringer i samarbejdet** med en borger. Vær nysgerrig på, om der eksempelvis er mulighed for supervision, eller om det er muligt, at borgeren får en anden støtteperson.

Overvej jeres praksis

- › I hvilke sager er det særligt lykkedes at opbygge en relation, som bygger på åbenhed, tillid og respekt? Hvad var afgørende?
- › Hvordan viser du borgerne, at du tror på, de kan lykkes?
- › Hvornår og hvor ofte laver du en forventningsafstemning med borgerne om jeres samarbejde?

Dilemmaer og barrierer

Samarbejdet mellem dig og borgeren fungerer ikke

- ✓ Tal med borgeren om, hvordan jeres samarbejde opleves, og hvad borgeren kunne ønske sig i forhold til relationen fremadrettet. Borgeren kan have svært ved at give negativ feedback. Vær derfor opmærksom på, hvordan du kan skabe en samtale, hvor det er trygt at give feedback uanset, om den er positiv eller negativ.
- ✓ Overvej, hvorfor samarbejdet ikke er godt. Tal fx med en kollega om relationen og samarbejdet og bed eventuelt om gode råd til, hvordan du kan forsøge at forbedre relationen.
- ✓ Tilbyd borgeren at deltage i supervision sammen med dig med henblik på at finde en fælles forståelse og få skabt et stærkere fundament for samarbejdet.
- ✓ Afsøg mulighederne for, at en anden medarbejder overtager samarbejdet, hvis relationen ikke kan forbedres, eller hvis borgeren eller du selv, ønsker det.
- ✓ Giv fra starten borgeren indflydelse på, hvilke medarbejdere borgeren ønsker at samarbejde med.

Hvor meget skal du insistere på, at borgeren kan lykkes, hvis borgeren ikke selv tror på det

- ✓ Anerkend, at borgeren mangler tillid til og tro på sig selv. Fasthold dog samtidig din tro på borgeren, og inddrag eventuelt peers i samarbejdet, som med deres egne erfaringer kan vise borgeren, at man kan komme sig.
- ✓ Tal om, hvad der skal til for, at borgeren får mere tro på sig selv. Det kan være, borgeren har behov for at blive forsikret om, at du eller en fra borgerens netværk står klar med støtte, når der skal tages det næste skridt mod et mere selvstændigt liv.
- ✓ Fokuser på de fremskridt, som borgeren allerede har gjort. Det kan give borgeren en tro på, at det er muligt at klare sig med mindre eller uden støtte.



” **Det tager et stykke tid, inden man får tillid til at fortælle, hvor skoen trykker**

De har troet på, at jeg nok skulle få det bedre. Mere end jeg selv havde. Den optimisme, og at det er de samme personer, man har over en længere periode, det gør, at man kan hvile i det. Man kan snakke med nogen, som ikke er så følelsesmæssigt involveret. Altså, de er jo meget tæt på, men ikke venner. Jeg synes, jeg er blevet god til at bruge min bostøtte, som en man kan stole på. Det er vigtigt, det er den samme person, man har, som kan følge en et stykke tid. Og de skal forstå, at det tager altså et stykke tid, inden man får tillid. Det er vigtigt, at man giver sig den tid til, at folk kan føle sig trygge og virkelig fortælle, hvor det er, skoen trykker. Det er også vigtigt, at man ikke hele tiden skal fortælle sin historie forfra. Hvis jeg ser, fra jeg startede og til jeg sluttede med at få fast støtte, så er det jo helt uvirkeligt. Fra jeg slet ikke ville leve til nu, hvor jeg faktisk har det rimeligt. De sidste fem til seks år er der sket rigtig meget. ”

5

Princip 5. Hjælp borgerne så tidligt som muligt

Hvad indeholder princippet

Tidlige og forebyggende indsatser kan mindske risikoen for en gradvis forværring af borgernes situation og behovet for mere indgribende støtte og behandling. En tidlig indsats kan have stor betydning for trivsel, funktionssevne og livssituation for den enkelte borger, uanset om det er en borger, der henvender sig for første gang, eller om det er en borger, der har modtaget støtte gennem længere tid.

Som medarbejder i et socialt tilbud skal du være opmærksom på, om borgerne modtager den rette støtte ud fra de behov, du ser, de har, for at kunne få det liv, som de ønsker. Du har en vigtig opgave i at opdage og reagere, hvis du oplever, at borgerne har nogle andre behov for støtte, end der er visiteret til. Det kan både være mere støtte, støtte på andre tidspunkter eller en anden type støtte, end du kan give. Du kan også være opmærksom på muligheder for tidlige og forebyggende indsatser i civilsamfundet. Det er altid myndighed, der følger op og vurderer, om borgernes behov for støtte har ændret sig. Hvis du sammen med en borger vurderer, at der skal ændres på støtten, skal du derfor gå i dialog med myndighed.

Hvorfor skal du arbejde med princippet

Det kan være afgørende for borgernes muligheder for at få det bedre, at de får en tidlig og forebyggende indsats. En tidlig indsats kan bidrage til at forbedre trivsel og forebygge en forværring af det psykiske funktions-niveau og af eventuelle sociale problemer. En tidlig indsats kan potentielt have stor betydning for borgernes trivsel, funktionsniveau og livssituation og være medvirkende til, at de kan vende tilbage til et liv uden støtte eller med mindre støtte.

Hvordan kan du arbejde med princippet

Du skal have fokus på at hjælpe borgerne så tidligt som muligt i alle faser af samarbejdet. Særligt i det løbende samarbejde samt ved opfølgning skal du være opmærksom på, om der er behov for at justere indsatsen, så den imødekommer borgernes aktuelle situation.



Sådan kan du arbejde med princippet:

- ✓ **Vær nysgerrig på borgerens oplevelse af sine behov**, og om borgeren har eller får problematikker, der ikke er kendte, som der er behov for at tage hånd om. Følg løbende op, så borgeren oplever, at der sættes hurtigt ind, når behovet opstår. Som udfører er du helt tæt på borgeren og har mulighed for at reagere på ændringer i borgerens situation og behov.
- ✓ **Hjælp borgeren med at få løst akutte problemer hurtigst muligt**, og inden de får uoverskuelige konsekvenser. Det kan være økonomiske problemer, hvor borgeren ikke kan betale sin husleje eller sine regninger. Rådgiv om, hvor der kan hentes hjælp. Det kan fx være ved ydelseskontoret, som kan bevillige enkeltydelser.
- ✓ **Organisér indsatsen, så der kan reageres hurtigt på ændringer i borgerens behov**. Det handler bl.a. om at sikre et tæt samarbejde mellem dig og med myndighed og andre relevante samarbejdspartnere.
- ✓ **Tag ansvar for en tæt dialog med myndighed og tag kontakt til visitationen**, hvis det drejer sig om et behov, der ikke kan imødekommes i den tildelte indsats. Hvis det er muligt at tilgodese ændringen inden for den aktuelle indsats, kan du tilpasse støtten, og støtte borgeren i at finde og bruge relevante mestringsstrategier.

Overvej jeres praksis

- › Er du i dit samarbejde med borgerne opmærksom på eventuelle ændringer i deres situation og behov, som kan betyde, at indsatserne skal justeres?
- › Hvordan kan du få et tættere samarbejde med myndighed og andre relevante samarbejdspartnere, så du kan være med til at sikre, at borgerne altid får den rette hjælp?

Dilemmaer og barrierer

Borgeren oplever udfordringer, der gør det vanskeligt at fastholde sit job

- ✓ Bistå borgeren i dialogen med borgerens arbejdsplads omkring borgerens udfordringer. Dialogen kan være med til at skabe en gensidig forståelse mellem borger og arbejdsplads, som kan bidrage til, at der kan findes løsninger, som begge parter er tilfredse med.
- ✓ Undersøg sammen med borgeren, om der er mulighed for at lave konkrete aftaler med arbejdspladsen, som kan være med til at imødekomme borgerens udfordringer. Det kan også være, at der er behov for at inddrage jobcenteret, som kan tilbyde deres hjælp.

Borgeren oplever, at der ikke sættes tidligt ind, fordi problemer tidligere i borgerens liv ikke blev adresseret

- ✓ Anerkend borgerens oplevelse af, at der ikke blev sat tidligt ind. Det er vigtigt, at borgeren bliver hørt og mødt i situationen.
- ✓ Vær opmærksom på, at borgerens oplevelse af ikke at få den nødvendige støtte tidligere i sit liv, kan betyde, at borgeren nærer mistillid til dig som repræsentant for kommunen. Her har du en vigtig opgave i at gøre en særlig indsats for at genskabe borgerens tillid.



” **Jeg har fået opstartshjælp og værktøjer til at forstå mig selv**

Min § 82-kontaktperson kom i mit hjem og støttede mig der. Planen var, at jeg skulle have opstartshjælp til at klare mig selv. Hun havde ingen agenda ud over den, jeg havde. Hun var god til at hjælpe mig, og jeg kunne få hjælp i to til seks måneder. Da der var gået to måneder, sagde jeg, at nu skulle vi stoppe, for nu ville jeg klare mig selv. Jeg har fået værktøjer til at forstå mig selv og til at klare mig i hverdagen. Jeg er også i gang med peeruddannelsen efter anbefaling fra min § 82-kontaktperson. ”

6

Princip 6. Arbejd koordineret med borgernes samlede livssituation

Hvad indeholder princippet

Mange borgere, der får hjælp i socialpsykiatrien, får også hjælp andre steder fra. En forudsætning for, at den samlede indsats opleves hjælpsom, er, at indsatsen er koordineret og sammenhængende på tværs af de afdelinger, områder og sektorer, som borgerne får støtte fra¹⁷. Når indsatsen er helhedsorienteret, sammenhængende og båret af faste kontaktpersoner, bliver det nemmere for borgerne at føle sig trygge og opleve sammenhæng og kontinuitet i indsatsen.

Det er din opgave som medarbejder i et socialt tilbud at vurdere, hvem det er nødvendigt at koordinere med, og hvilket behov der er for koordinering. Det kan være på tværs af pårørende, misbrugsbehandling, bostøtte, arbejdsplads, praktiserende læge mv. Du har også en opgave i at tage initiativ til, at det sker, enten ved at du selv koordinerer samarbejdet, eller ved at du tager kontakt til din leder eller andre hos jer, der har koordineringsopgaver. Det kan være ved at videregive relevante informationer internt eller til samarbejdspartnerne, eksempelvis til den person, der har det koordinerende ansvar. Husk altid at inddrage borgerne i dine overvejelser, og sørg for at de har mulighed for at fortælle, hvad der er vigtigt. Derudover skal du være opmærksom på reglerne om tavshedspligt og samtykke til videregivelse af oplysninger.

Hvorfor skal du arbejde med princippet

Den samlede indsats for mennesker med psykiske vanskeligheder er udfordret af manglende koordinering, samarbejde og kommunikation på tværs af afdelinger og sektorer¹⁸. Hvis kommunen ikke i tilstrækkelig grad påtager sig opgaven med at koordinere borgernes forløb, bliver det ofte borgerne og de pårørendes opgave selv at koordinere på tværs af behandlere, sagsbehandlere, kontaktpersoner og planer. Manglende koordinering og sammenhæng medfører ofte, at borgerne ikke får den indsats, der er behov for, eller at indsatserne modarbejder hinanden. Det er dokumenteret, at metoder, der sikrer tværsektoriel koordinering i indsatsen, har god effekt¹⁹.

Hvordan kan du arbejde med princippet

Du skal være opmærksom på borgernes samlede livssituation i alle faser af samarbejdet – både i opstarten, i det løbende samarbejde samt ved opfølgning og en eventuel afslutning af indsatsen.

Sådan kan du arbejde med princippet:

- ✓ **Understøt, at forskellige samarbejdspartner er bekendte med hinandens indsats** i forhold til at støtte borgeren mod at nå egne håb, ønsker og drømme. Du kan fx være opmærksom på, hvornår det er relevant, at borgeren overdrager viden til andre samarbejdspartnere, eller du kan aftale med borgeren, at du selv overdrager viden til andre.
- ✓ **Støt borgeren i den løbende kontakt og koordinering med samarbejdspartnere**, der er tilknyttet borgerens sag. Vær opmærksom på, hvem der er tovholder på sagen. Du kan også selv deltage i møder og aftaler, når borgeren ønsker det, og sikre at alle relevante samarbejdspartnere deltager i de faser, hvor det er relevant, med henblik på at få delt relevante informationer og få samlet op på aftaler.
- ✓ **Sørg for, at borgerens stemme er i centrum** i det tværgående samarbejde, og at borgerens mål er afsættet for de koordinerende møder – også når borgeren ikke selv deltager i møderne. Du kan fx bruge møderne til at skabe et fælles indblik i, hvem borgeren er, og hvad der er vigtigt for borgeren i sit eget liv. Lad borgeren selv fortælle, hvis borgeren har lyst til det. Det fremmer en helhedsorienteret indsats for borgeren, når flere aspekter af borgerens liv synliggøres for de aktører, der er involveret.
- ✓ **Sørg for, at borgeren kender formålet med alle møder**, og at borgeren er med til at bestemme indholdet af dagsordenen. Du kan foreslå borgeren at invitere en person med fra sit netværk. Det kan være en hjælp til at huske, hvad der bliver talt om og aftalt, og til at få fulgt op på eventuelle aftaler.
- ✓ **Kommunikér tydeligt med og til borgeren** om, hvad der drøftes og aftales på møder generelt, så borgeren inddrages, får ejerskab og har overblik over processen. Du kan fx hjælpe borgeren med at tage noter på møderne om de aftaler, der indgås.

Overvej jeres praksis

- › Er det tydeligt for borgerne, som du samarbejder med, hvem der har ansvar for at koordinere deres sag?
- › Hvad kan du gøre for at styrke samarbejdet med aktører i kommunen omkring borgerne i og uden for kommunen?

Dilemmaer og barrierer

Det er svært at samle de relevante samarbejdspartnere til møderne

- ✓ Arbejd for, at møderne bliver planlagt i god tid, eller at de alternativt holdes virtuelt.
- ✓ Kontakt samarbejdspartnere inden et møde, så I kan få deres input, hvis de ikke har mulighed for at deltage.

Borgeren er utryk ved at deltage i koordinerende møder, hvor der er mange til stede

- ✓ Tal om, hvad der kan hjælpe borgeren med at føle sig mere tryk i mødet. Det kan måske hjælpe, hvis borgeren får en person fra sit netværk med eller at I mødes på neutral grund, fx på biblioteket eller i det lokale frivillighedscenter.
- ✓ Tal med borgeren forud for mødet om, hvad mødet handler om, og hvordan du kan hjælpe borgeren med at få sagt de ting, som borgeren gerne vil have frem. Du kan også opfordre mødelederen til at have et særligt fokus på at skabe tryk for borgeren i forhold til at udtrykke ønsker og erfaringer.
- ✓ Hold eventuelt flere møder med færre deltagere, da det kan gøre det lettere for borgeren at tage ordet på møderne.

Som udfører kan man savne viden om, hvilke indsatser der er iværksat for borgeren

- ✓ Spørg borgeren til, hvilke indsatser der er i gang, og tal om, hvordan der bedst koordineres og skabes sammenhæng.
- ✓ Kontakt sagsbehandleren på myndighedsområdet for at afklare, hvem der skal varetage koordineringen, hvis der er mange samtidige indsatser.





” **Bostøtten har fulgt mig til møder i psykiatrien og talt med mig om tingene bagefter**

Bostøtten har hjulpet mig med kontakten til psykiatrien. De er kørt med til møderne med psykiatrien. Det har også været vigtigt at have en, jeg kunne sparre med bagefter, så man ikke var alene til mødet med psykiatrien. Psykiatrien efterlader ofte en med spørgsmål, eller ting man har brug for at vende igen, og det har de bare ikke tid til. Her er det godt, at bostøtten har fulgt mig til møderne og talt med mig om dem bagefter. Bostøtten har også hjulpet mig med at tage min medicin. I starten troede jeg ikke på, at medicinen ville virke, så det har været vigtigt, at de har støttet mig i at få den taget. De er altid smilende og glade, og klar til at tage en snak. ”

7

Princip 7. Følg op, så indsatsen altid er den rette

Hvad indeholder princippet

Systematisk og løbende opfølgning skal sikre, at en indsats vedbliver at være den rette i forhold til at bringe borgerne tættere på deres håb, ønsker og drømme. Hvis ikke det er tilfældet, skal der enten justeres på deres mål eller på indsatsen, ud fra den fælles læring, som drøftes ved opfølgningen. I opfølgningen bør der være en fælles positiv opmærksomhed på den udvikling, som borgerne har gennemgået, hvilket kan skabe motivation og håb for fremtiden²⁰. Når borgerne udvikler sig, kan det være relevant at sætte nye mål i takt med, at de oprindelige mål er nået, eller fordi deres håb, ønsker og drømme forandrer sig.

Det er dit ansvar som medarbejder i et socialt tilbud at have en løbende dialog med borgerne om delmålene, samarbejdet og indsatsens indhold. Du skal reflektere over og handle på deres feedback. Det er også din opgave at dokumentere borgernes udvikling. Dokumentationen skal både bruges i dit samarbejde med borgerne og af sagsbehandleren i forbindelse med opfølgningen.

Hvorfor skal du arbejde med princippet

Dokumentation af borgernes udvikling og feedback er et væsentligt redskab i samarbejdet mellem borger, medarbejder og sagsbehandler til at vise de skridt fremad, som borgerne tager. Den løbende dialog mellem borger og medarbejder om delmål, samarbejdet og indsatsens indhold er desuden med til at sikre, at borgerne oplever, at indsatsen er meningsfuld i forhold til at opnå den hverdag, som de ønsker²¹. Uden systematisk opfølgning på indsatsen er der en risiko for, at borgerne modtager indsatser, der i værste fald skader mere end de gavner eller forsinker deres recovery frem for effektivt at bringe dem tættere på deres håb, ønsker og drømme for fremtiden.

Hvordan kan du arbejde med princippet

Løbende opfølgning på delmål, samarbejdet og indsatsen bør tænkes ind i alle faser af samarbejdet mellem borgerne og dig som medarbejder. Det er særligt væsentligt at følge op forud for, at sagsbehandleren gennemfører sin opfølgning med borgerne.



Sådan kan du arbejde med princippet:

- ✓ **Tal løbende med borgeren om borgerens trivsel, håb, ønsker, drømme samt mål og behov.** Dine samtaler med borgeren kan hjælpe dig med at vurdere, om der er behov for at justere indsatsplanen. Din viden fra dine samtaler med borgeren kan også klæde sagsbehandleren på til at vurdere, om der er behov for en justering af indsats eller mål.
- ✓ **Forbered borgeren på myndigheds opfølgning.** Du kan opfordre til, at borgeren inden mødet med sagsbehandleren overvejer sin egen udvikling, forholder sig til målene i handleplanen og tænker over sine ønsker til indsatsen fremover. Sagsbehandleren får det bedste grundlag for at vurdere borgerens udvikling og indsatsen, når borgeren bidrager med sine egne refleksioner.
- ✓ **Benyt metoder og redskaber til at dokumentere relevans og resultater af indsatsen** sammen med borgeren, fx ved brug af FIT eller Brief Inspire O. Redskaberne tilbyder en systematik, som sikrer kvaliteten i de informationer, som du bruger i dit samarbejde med borgeren. Vær opmærksom på at tale med borgeren om de oplysninger, som redskaberne giver.
- ✓ **Hav en tæt dialog med myndighed.** I dit samarbejde med borgeren kan du opleve, at der sker større ændringer i borgerens situation. Her er det din opgave sammen med borgeren at inddrage myndighed, som skal vurdere, om der er behov for en justering af indsatsen. Aftal med sagsbehandleren, hvordan I kan have en tæt dialog. Det kan være, I skal afsætte tid til dialog – enten fleksibelt efter behov eller med faste intervaller, hvor I tager en kort snak om, hvordan det går med borgeren.

Overvej jeres praksis

- › Hvordan kan du inddrage borgerne og forberede dem godt på opfølgningen?
- › Hvordan kan dit samarbejde med sagsbehandleren omkring opfølgningen styrkes?

Dilemmaer og barrierer

Borgerens fremgang får borgeren til at frygte at miste sin støtte

- ✓ Tal med borgeren om, at fremgang er positivt, men at det er naturligt samtidig at blive bekymret for, om man også må have det godt, mens man får hjælp. Du kan også minde borgeren om, at du netop har fokus på borgerens ressourcer i jeres samarbejde, fordi det er vigtigt at bygge på det, der går godt, men at du også er opmærksom på udfordringerne.
- ✓ Snak åbent med borgeren om, hvordan du vurderer borgerens fremgang, så borgeren ved, hvad du tænker om det, du ser. Tal også om, at borgerens udvikling kan betyde, at støtten skal tænkes anderledes, men ikke nødvendigvis reduceres, før borgeren er klar til det.
- ✓ Opfordr borgeren til at tale med peers eller andre, hvor borgeren kan være anonym. Det kan være hjælpsomt at høre andres erfaringer med, at støtten reduceres eller bortfalder, i takt med at man får det bedre. Tal også med borgeren om, hvordan en eventuel justering til mindre støtte bedst kan ske, så det opleves trygt. Du kan fx fortælle borgeren om, hvilke muligheder der er for at søge støtte igen eller for at blive tilknyttet åbne tilbud, hvis der er brug for det.

Borgeren oplever ikke samme fremgang, som du observerer

- ✓ Sørg for, at indsamlingen af informationer om borgerens fremgang er beskrevet systematisk, så du kan vise et 'før' og 'efter' billede.
- ✓ Vær nysgerrig på, hvori dine og borgerens oplevelser er forskellige, hvis det er tilfældet.



” **Det har hjulpet mig meget, at jeg nu kan få fat på nogen hele døgnet**

Jeg har været indlagt mange gange, og har fået medicin, siden jeg var helt ung. Jeg har også fået støtte fra socialpsykiatrien i mange år. Først fik jeg en bostøtte, og hende var jeg utrolig glad for. Men for nogle år siden synes hun, at mine behov havde ændret sig, så der var behov en anden indsats, for at jeg kunne have det godt. Derfor kontaktede hun min sagsbehandler. Det var gennem sagsbehandleren, vi fik min støtte ændret, så jeg kom i fleks-teamet i stedet for. Det har hjulpet mig meget at komme i fleks-teamet. Jeg ved, at jeg altid kan ringe til dem, og at jeg kan få fat på nogen hele døgnet. De hjælper mig også med at huske at tage min medicin. Det er alfa og omega, at jeg tager min medicin. Jeg har prøvet så mange gange at lade være med at tage min medicin, men nu ved jeg godt, at jeg har brug for medicinen for ikke at få det rigtig dårligt og måske blive indlagt igen.

Jeg læser min handleplan, inden jeg skal til møde med min sagsbehandler. Jeg plejer at få handleplanen af min bostøtte og nu af fleks-teamet. Jeg kan ikke klare uddannelse eller beskæftigelse. Mit mål er, at jeg skal have det godt med at være i eget hjem og passe mit eget hjem og ikke blive indlagt igen. Jeg kan da godt være ked af det nogen gange over, at jeg ikke har en kæreste og ikke nogen børn, og jeg har heller ikke gennemført min uddannelse. Men på den anden side, så er der så meget andet i mit liv. Min lille familie og mine venner betyder rigtig meget for mig. Jeg er meget glad for livet generelt. ”

8

Princip 8. Brug viden og metoder, der virker

Hvad indeholder princippet

I en recovery-orienteret rehabiliterende tilgang baserer indsatsen sig på et solidt vidensgrundlag med brug af bedst tilgængelig faglig viden, dokumenterede metoder og systematisk indsamling af dokumentation for indsatsens resultater. Det er ledelsens opgave at fastsætte og formidle til medarbejdere, borgere og samarbejdspartnere, hvilke tilgange, metoder og redskaber, der anvendes i tilbuddet, samt at have fokus på, at de understøtter et recovery-orienteret rehabiliterende mindset.

Hvorfor skal du arbejde med princippet

Når indsatsen baseres på viden og dokumenterede metoder, øger det sandsynligheden for, at den støtte, borgerne får, er kvalificeret og virksom, samt at de oplever indsatsen som meningsfuld, kommer nærmere deres håb, ønsker og drømme og opnår mest mulig deltagelse i eget liv. Samtidig kan det skabe kontinuitet, genkendelighed og tryghed, når borgerne mødes af den samme tilgang, uafhængigt af hvilke medarbejdere de samarbejder med. Det er særligt vigtigt, hvis borgerne samarbejder med flere forskellige medarbejdere, eller hvis der er stor udskiftning i medarbejdergruppen.

Hvordan kan du arbejde med princippet

- ✓ **Anvend de metoder og redskaber, du har til rådighed** i samarbejdet med borgerne, så indsatsen er tilpasset til den enkelte borger og jeres samarbejde.
- ✓ **Søg sparring og involver dig i faglige drøftelser** med ledelsen og dine kolleger om, hvorvidt og hvordan metoderne bidrager til, at borgerne kan komme sig.

Metoder, der understøtter recovery-orienteret rehabilitering

Der findes en række metoder, som kan understøtte dit socialpædagogiske arbejde i indsatsen. Det handler bl.a. om, hvordan du møder borgerne, arbejdet med indsatsplanen, hvordan du samarbejder med borgerne i det socialpædagogiske arbejde og om systematikken i opfølgningen på borgernes progression. Nedenfor udfoldes nogle af de metoder og redskaber, som kan være særligt virksomme i indsatsen:

- ✓ **Åben Dialog²² (ÅD)** er en tilgang, der sætter borgerne i centrum og fokuserer på inddragelse af deres private og professionelle netværk. ÅD kan bidrage til arbejdet med at inddrage borgernes håb, ønsker og drømme, sætte fokus på deres ressourcer og aktivere og inddrage deres netværk og lokalsamfund.
- ✓ **Feedback Informed Treatment²³ (FIT)** er et evidensbaseret dialog- og evalueringsredskab, der kan være med til at forbedre kvaliteten og effektiviteten af den terapeutiske tilgang. FIT kan anvendes i samarbejdet med borgerne og i opfølgingsarbejdet.
- ✓ **Recovery Star²⁴** er et redskab, hvor borgerne enten selv eller i samarbejde med medarbejderen scorer sig selv på en række parametre. Redskabet kan benyttes til at synliggøre borgernes ressourcer og progression over tid, fx i forbindelse med den løbende opfølgning.
- ✓ **Motivational Interviewing²⁵ (MI)** er en samarbejdsbaseret rådgivningsstil, der sigter mod at styrke borgernes egen motivation til at foretage forandringer. MI kan understøtte arbejdet med at tage udgangspunkt i borgernes håb, ønsker og drømme i udarbejdelsen af deres indsatsplan og herigennem styrke motivationen for indsatsen.
- ✓ **Narrativ praksis²⁶** er en tilgang, hvor man via samtale med borgeren udforsker vedkommendes erfaringer og hjælper borgeren med at finde frem til nye og mere konstruktive historier om sig selv, og med at etablere eller genetablere relationer. Narrativ praksis kan understøtte inddragelse af borgerne, fokus på deres håb, ønsker og drømme og inddragelse af deres netværk. En konkret metode er Livshistoriefortællinger, som kan bidrage til, at borgerne får en større forståelse for og accept af deres tilværelse og af dem selv.
- ✓ **Netværkskortet²⁷** anvendes til i samarbejde mellem borger og medarbejder at kortlægge de fagpersoner og personer fra borgernes private netværk, som er relevante at inddrage i samarbejdet med henblik på at skabe et overblik over, hvem der kan understøtte deres udvikling. Læs mere om at kortlægge netværk i Socialstyrelsens metodemanual for Åben Dialog.
- ✓ **Relationel koordinering²⁸** understøtter koordinering af arbejdsrelationer gennem fælles mål, delt viden og gensidig respekt. Relationerne bidrager til og understøttes samtidig af, at kommunikationen er tilpas hyppig, sker på de rigtige tidspunkter og er forståelig, præcis og problemløsende.
- ✓ **LA 2²⁹** trækker på metoden Low Arousal, og inspireres samtidigt af recovery-perspektivets fokus på udvikling, deltagelse og borgerens indefra-perspektiv i forhold til håb, ønsker og drømme. Metoden har fokus på veje til oplevelsen af øget kontrol over eget liv, hvilket kan være betydningsfuldt for udviklingen af trivsel.

-
- ¹Leamy M., Bird V., Le Boutillier C., Williams J., & Slade M. (2011). Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis (CHIME). *British Journal of Psychiatry* 199(6): 445-452.
- Farkas M., Gagne C., Anthony W, & Chamberlin J. (2005). Implementing recovery oriented evidence based programs: Identifying the critical dimensions. *Community Mental Health J.* 41(2): 141-158.
- Borg M., Karlsson B., & Stenhammer A. (2013). Recoveryorienterede praksisser – en systematisk vidensopsamling. Rapport nr. 4 2013. NAPHA. Nasjonalt Kompetansecenter for Psykisk Helsearbeid. Oversat til dansk og udgivet af Dansk Selskab for Psykosocial Rehabilitering: 21-28, 41-43.
- Le Boutillier, Leamy M., Bird V. J., Davidson L., Williams J., Slade M. (2011). What does recovery mean in practice? A qualitative analysis of international recovery-oriented practice guidance. *Psychiatric Services* 62(12): 1470-1476.
- ²Leamy, M., Bird, V., Le Boutillier, C., Williams, J., & Slade, M. (2011): Conceptual framework for personal recovery in mental health: Systematic review and narrative synthesis. *British Journal of Psychiatry*, Vol. 199 (6): 445-452.
- ³Maribo, T., Ibsen, C., Thuesen, J., Nielsen, C. V., Johansen, J. S., & Vind, A. B. (2022): Hvidbog om rehabilitering (1. udg.). Aarhus: Rehabiliteringsforum Danmark: 22-28.
- ⁴Topor, Alain (2001): Managing the contradictions – recovery from severe mental disorders. Ph.D. afhandling, Stockholms Universitet.
- ⁵Socialstyrelsen (2021). Faglig ledelse af en recovery-orienteret rehabiliterende indsats – 7 retningsgivende principper for faglig ledelse i socialpsykiatrien. Odense: Socialstyrelsen.
- ⁶Socialstyrelsen (2021). Faglige pejlemærker for kvalitet i bostøtten. Odense: Socialstyrelsen.
- ⁷Socialstyrelsen (2021). Anbefalinger til god kvalitet på botilbud. Indsatskatalog om recovery-orienteret praksis på botilbud i socialpsykiatrien. Odense: Socialstyrelsen.
- ⁸Slade, Mike (2013). 100 ways to support recovery: A guide for mental health professionals (2.udg.). London: Rethink Mental Illness.: 8-10, 14, 16, 20-21.
- Rasmussen, Klavs Serup (2015). Guide til et godt hverdagsliv. Psykiatriforeningernes Fællesråd, Foreningen Outsideren. Askovfonden. Region Hovedstadens Psykiatri. Gladsaxe, København og Helsingør kommuner, Trygfonden. 2, 6, 14.
- Uhrskov, T. & Naver, K. (2017). LA2: Metodemanual til forebyggelse af vold og fremme af trivsel på Botilbud. Odense: Socialstyrelsen.
- ⁹Jensen, K. B., Olsen, E., & Sørensen, D. (2004). Recovery på dansk – At overvinde psykosociale handicap (1. udg.). Systime Academic.
- ¹⁰Dansk Socialrådgiverforening (2018). Investeringer på det sociale voksenområde. Rapport.
- Rosholm, M., Sørensen, K. L., & Skipper, L. (2017). Sagsbehandlerens betydning for udsatte borgeres jobchancer. Aarhus Universitet og Væksthushets forskningscenter.
- Slade, Mike (2013). 100 ways to support recovery: A guide for mental health professionals (2.udg.). London: Rethink Mental Illness: 8-10, 14, 16, 20-21.
- Dalum, H. S., Pedersen, I. K., Cunningham, H., & Epløv, L. F. (2015). From recovery programs to recovery-oriented practice? A qualitative study of mental health professionals experiences when facilitating a recovery-oriented rehabilitation program. *Archives of Psychiatric Nursing* 29 (6): 419-425.
- Pinfold, V., & Sweet, D. (2015). Wellbeing Networks and Asset Mapping. McPin Foundation: 1-13.
- ¹¹Bengtsson, S. & Røgeskov, M. (2009). At skabe netværk: Evaluering af 22 socialpsykiatriske projekter i 15M-puljen. Udarbejdet af SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd. Kbh.: SFI.
- Topor, Alain et al. (2011). Not just an Individual Journey: Social Aspects of Recovery. *International Journal of Social Psychiatry*, Vol. 57(1).
- ¹²Kjær, Agnete Aslaug et al. (2020). Kvalitet i bostøtte: Et litteraturstudie om kvalitet i bostøtte til mennesker med psykiske vanskeligheder i egen bolig. Udarbejdet af VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd for Socialstyrelsen. Odense: Socialstyrelsen.
- ¹³Slade, Mike (2013). 100 ways to support recovery: A guide for mental health professionals (2.udg.). London: Rethink Mental Illness: 8-10, 14, 16, 20-21.
- ¹⁴Lægsgaard, M. M., Balleby, M., Nørbæk, A., & Pilesgaard, K. (2017). Kvalitet i den kommunale indsats over for borgere med svære psykiske lidelser, Åben dialog. Odense: Socialstyrelsen.
- Socialstyrelsen. (2018). Erfaringsopsamling: Projekt Forebyggelse af magtanvendelse på botilbud. Odense: Socialstyrelsen.
- ¹⁵Maribo T., Ibsen C., Thuesen J., Nielsen C. V., Johansen J. S., & Vind A. B. (2022). Hvidbog om rehabilitering, 1. udgave. Aarhus: Rehabiliteringsforum Danmark.
- ¹⁶Slade, Mike (2013). 100 ways to support recovery: A guide for mental health professionals (2.udg.). London: Rethink Mental Illness.: 8-10, 14, 16, 20-21.

-
- ¹⁷Sundhedsstyrelsen (2022). Fagligt oplæg til en 10-års plan. Bedre mental sundhed til mennesker med psykiske lidelser. Sundhedsstyrelsen: KBH.
- ¹⁸Folker A. P., Kristensen M. M., Sølvhøj I. N., Flint S., Kusier A. O., & Rod M. H. (2017). Sammenhæng i indsatsen for mennesker med psykiske lidelser: Analyse af personcases, oplevelser og evalueringer. Statens institut for folkesundhed, SDU.
- ¹⁹Christensen, T. N., & Epløv, L. F. (2018). Resultater fra IPS projektet. Individuelt Planlagt Job med Støtte (IPS) og træning i sociale og kognitive færdigheder til personer med en alvorlig sindslidelse. København: Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering.
- Buus, N., Jacobsen, E. K., Bojesen, B. A., Bikic, A., Müller-Nielsen, K., Aagaard, J., & Erlangsen, A. (15. december 2018). The association between Open Dialogue to young Danes in acute psychiatric crisis and their use of health care and social services. A retrospective register-based cohort study. *International Journal of Nursing Studies*, Vol 91: 119-127.
- ²⁰Kommunernes Landsforening (2017). Bedre tværgående samarbejde om ydelser og indsats. Det fælleskommunale Styrings- og Effektiviseringsprogram (SEP). København: KL: 16-17.
- ²¹Southwick, J. D., & Grizzell, S. T. (2020). Utilizing the ICF to enable Evidence-Based Practise Among Vocational Rehabilitation Counselors. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 64 (1): 17-30.
- ²²Socialstyrelsen (2014a). Åben dialog. Del I – om tilgangen. Odense: Socialstyrelsen.
- Socialstyrelsen (2014b). Åben dialog. Del II – metodemanual. Odense: Socialstyrelsen
- ²³Bargmann, Swantje (red.) (2017). Feedback Informed Treatment: En grundbog. København: Akademisk Forlag.
- ²⁴Boholdt-Petersen, M., Mårtensson, S., Johansen S., K., & Bak, J. (2021): Afrapportering Recovery Projektet (Recovery Star). Region Hovedstaden: Psykiatrisk Center Sct. Hans.
- Præsentation ved Irene Bendtsen (2012) om Recovery-stjernen. Tilgængelig fra: https://www.etf.dk/uploads/uploads/public/documents/Faglige_selskaber/EFS_Psykiatri/recovery-stjernen_maj_2012.pdf [Tilgået den 02.12.22]
- ²⁵Miller, W. R. & Rollnick, S. (2014). Den motiverende samtale – Støtte til forandring. 2. udgave. København: Hans Reitzels Forlag.
- Socialstyrelsen (2019). Motivational Interviewing. Odense: Socialstyrelsen. Tilgængelig fra: <https://vidensportal.dk/voksne/psykiske-vanskeligheder-og-samtidigt-misbrug/indsatser/motivational-interviewing-mi>. Tilgået den 5.12.22.
- ²⁶Socialstyrelsen (2019). Livshistoriefortællinger. Odense: Socialstyrelsen. Tilgængelig fra: <https://vidensportal.dk/voksne/recovery/indsatser/livshistoriefortællinger>. Tilgået den 5.12.22.
- ²⁷Socialstyrelsen (2014b). Åben dialog. Del II – metodemanual. Odense: Socialstyrelsen.
- ²⁸Gittell, Jody Hoffer (2012). Effektivitet i sundhedsvæsenet – samarbejde, fleksibilitet og kvalitet. Munksgaard.
- Væksthus for ledelse (2016). Relationel koordinering. Ledelse af et effektivt samarbejde. København.
- ²⁹Uhrskov, T. & Naver, K. (2017). LA2: Metodemanual til forebyggelse af vold og fremme af trivsel på Botilbud. Socialstyrelsen: Odense.



Socialstyrelsen

Socialstyrelsen

Edisonsvej 1

5000 Odense C

Tlf.: 72 42 37 00

www.socialstyrelsen.dk